

LAMPIRAN

Recommended Dietary Allowances (RDAs) untuk zinc

	Umur (tahun)	Zinc (mg)
Bayi	0-0,5	5
	0,5-1	5
Anak-anak	1-3	10
	4-6	10
	7-10	10
Pria	11-14	5
	15-18	15
	19-24	15
	25-50	15
	51+	15
Wanita	11-14	12
	15-18	12
	19-24	12
	25-50	12
	51+	12
Wanita hamil		15
Wanita menyusui	1 bulan pertama	19
	1 bulan berikutnya	16

(Sumber : Silverman, Romano, Elmer, 1999)

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : Sani Irawan
Tempat / tanggal lahir : Bandung / 27 April 1984
Alamat : Taman Lingkar Selatan blok H-3 Bandung
Agama : Kristen
Nama Ayah : Sugiharto
Nama Ibu : Titien Christine Nurhali
Riwayat Pendidikan :
 TKK I BPK Penabur, Bandung, 1990
 SDK I BPK Penabur, Bandung, 1996
 SLTP St.Aloysius 1, Bandung, 1999
 SMU St.Aloysius 1, Bandung, 2002